



**MENGATASI SISWA TERISOLIR MELALUI PENDEKATAN
RASIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY PADA SISWA
KELAS X SMK WISUDHA KARYA KUDUS
TAHUN PELAJARAN 2014/2015**

**Oleh
ANUNG ANINDITA
NIM. 201131149**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2015**



**MENGATASI SISWA TERISOLIR MELALUI PENDEKATAN
RASIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY PADA SISWA
KELAS X SMK WISUDHA KARYA KUDUS
TAHUN PELAJARAN 2014/2015**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**Oleh
ANUNG ANINDITA
NIM. 201131149**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Anung Anindita (201131149) ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Agustus 2015

Pembimbing I



Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons
NIS: 0610713020001008

Pembimbing II



Dra. Sutarti, SE, MM
NIP: 195104201982032001

Mengetahui,

Ka. Progdi. Bimbingan dan Konseling



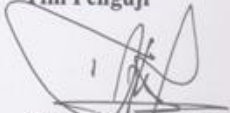
Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons
NIS: 0610713020001008

HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Anung Anindita NIM. 201131149 Program Studi Bimbingan dan Konseling ini telah dipertahankan didepan Tim Penguji pada tanggal 8 Agustus 2015 sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

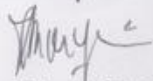
Kudus, Agustus 2015

Tim Penguji



Dra. Sumarwivah, M.Pd., Kons
NIS: 0610713020001008

, Ketua



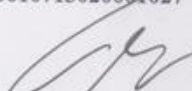
Dra. Sutarti, SE, MM
NIP: 195104201982032001

, Anggota



Drs. Arista Kiswanto, M.Pd
NIS: 0610713020001027

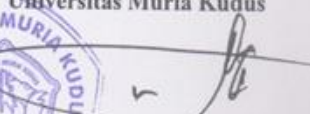
, Anggota



Gudnanto, S.Pd., M.Pd., Kons
NIDN: 0610107903

, Anggota

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muria Kudus



Dr. Slamet Utomo, M.Pd
NIP: 19621219 198703 1 015

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO

“Seberapa besar kesuksesan Anda bisa diukur dari seberapa kuat keinginan Anda, setinggi apa mimpi-mimpi Anda, dan bagaimana Anda memperlakukan kekecewaan dalam hidup Anda.” (Robert Kiyosaki)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

1. Kedua orang tuaku Bapak Suroso dan Ibu Kanah, yang telah memberikan kasih sayang dan doa serta mengajarkan arti kehidupan yang sebenarnya.
2. Adikku tercinta Refindha Anindhita yang selalu memberikan semangat dan motivasi dalam hidupku.
3. Seluruh teman-teman BK kelas C angkatan 2011, (khususnya Erika dan Yayuk), dan
4. Almamaterku FKIP BK Universitas Muria Kudus.

PRAKATA

Alhamdulillah, peneliti syukuri atas kehadiran Allah SWT dengan segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul: “Mengatasi Siswa Terisolir Melalui Pendekatan *Rasional Emotive Behaviour Therapy* (REBT) Pada Siswa Kelas X SMK Wisudha Karya Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015”, dapat diselesaikan dengan lancar guna memenuhi sebagai persyaratan dalam melakukan penelitian skripsi dengan judul diatas.

Peneliti menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu:

1. Dr. Slamet Utomo, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun skripsi ini.
2. Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus dan dosen pembimbing I yang telah banyak membantu kelancaran dalam penyusunan skripsi dan memberikan bimbingan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik dan lancar.
3. Dra. Hj. Sutarti, SE, MM dosen pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan skripsi ini dengan baik dan diberi kemudahan serta kelancaran sehingga dapat terselesaikan tepat waktu.

4. Semua Dosen Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.
5. Drs. Sudirman, selaku Kepala Sekolah SMK Wisudha Karya Kudus atas pemberian izin kepada penulis untuk mengadakan penelitian di SMK Wisuda Karya Kudus.
6. Dewan guru, serta siswa-siswi kelas X TKR², X TKR³, dan X TMK SMK Wisudha Karya Kudus yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang membantu peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung dalam membantu dalam mempersiapkan, melaksanakan, dan menyelesaikan penulisan skripsi. Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat peneliti harapkan guna perbaikan. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling.

Kudus, Agustus 2015

Peneliti

ABSTRACT

Anindita, Anung. 2015. *The overcomes of Students Isolated Through Rational Emotive Behavior Therapy Approach of Class X SMK Karya Wisudha in academic year 2014/2015*. Guidance and Counseling the Faculty of Education University of Muria Kudus. Supervisor (1) Drs. Sumarwiyah, M. Pd., Kons (2) Dra. Hj. Sutarti, SE., MM

Keywords: *Student Isolated , Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*.

This research is motivated by many students of class X SMK Karya Wisudha that get a lot of rejection, resulting in students becoming isolated. That fact its researchers get from counseling teacher recommendation. Formulation of the problem in this study is what factors cause students that isolated against peers and whether the model of *Rational Emotive Behavior Therapy* approach can overcome the isolation of students in class X SMK Wisudha Karya Kudus in academic year 2014/2015 ?. The research objectives: 1. To help the determine because of student isolated against peers and 2. Help students overcome isolation through *Rational Emotive Behavior Therapy* approach in class X SMK Wisudha Karya Kudus in academic year 2014/2015.

Students isolated against peers are students who have a social relationship shallow and shunned by their peers. This gives a negative impact on the learning and everyday social life. Approach *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) is an approach to counseling that address issues related to emotion, cognition, and behavior. Change the way clients who originally had thought irrational becomes rational.

This type of research is a case study with data collection techniques interview, observation, documentation, and a home visit. This study through 6 stages namely data analysis, diagnosis, prognosis, treatment, evaluation, and follow-up. The subjects were students of class X SMK Wisudha Karya Kudus with total 3 students (BB, UU, and AA).

Based on the results of the discussion and analysis of this study concluded the third leading cause clients in this study had a core subject matter different. 1. Client initials BB experiencing isolation, it is caused by the likes of ignorant, many spoke during hours of lessons, often cheat, ridicule. 2. Client initials UU experiencing isolation due arrogant, like naughty, disruptive, often makes people angry, demeaning others and cannot be trusted. 3. Client initials AA experiencing isolation, caused AA aloof, reserved, and with draw from social relationships. From these results, the researchers conclude that isolated problems experienced BB: the lack of guidance and attention from parents result BB seek attention from their peers, but the way BB against peers less good. UU: parents who spoil resulting in the UU being personally arrogant, like mocking and demeaning

others, consequently peers less convenient to make friends with him, and AA: the problem is supposed to be confidential AA with Guidance and Counseling teachers, but in fact the problem could be heard to the ears friends of AA, AA client eventually get a lot of rejection in the classroom. From the problems researchers used the approach of *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) to overcome the isolation of students.

Based on the findings of researchers in the field can provide advice to: 1. Principal: need to hold periodic meetings with the teacher and Guidance and Counseling homeroom to make policy in providing educational services to students optimally, 2. Guidance and Counseling Teachers: need to improve further the quality of services, especially counseling individuals to assist students in overcoming problems that have been encountered, particularly the isolated behavior towards peers, 3. Guardian class: to be a good motivator for the sake of improving the quality of the client, 4. Students: be able to respect others, be personally humble, and capable motivate yourself.



ABSTRAK

Anindita, Anung. 2015. *Mengatasi Siswa Terisolir Melalui Pendekatan Rasional Emotive Behaviour Therapy Pada Kelas X di SMK Wisudha Karya Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015*. Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing (1) Drs. Sumarwiyah, M. Pd., Kons (2) Dra. Hj. Sutarti, SE., MM.

Kata kunci: *Siswa Terisolir, Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)*.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya siswa kelas X SMK Wisudha Karya Kudus yang banyak mendapatkan penolakan sehingga mengakibatkan siswa menjadi terisolir. Hal tersebut peneliti dapatkan dari rekomendasi guru BK. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apa faktor yang menyebabkan siswa terisolir terhadap teman sebaya dan apakah model pendekatan Rasional Emotif Behaviour Therapy dapat mengatasi siswa terisolir di kelas X SMK Wisudha Karya Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015?. Tujuan penelitian ini: 1. Membantu mengetahui penyebab siswa terisolir terhadap teman sebaya dan 2. membantu mengatasi siswa terisolir melalui pendekatan Rasional Emotif Behaviour Therapy di kelas X SMK Wisudha Karya Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015.

Siswa terisolir terhadap teman sebaya merupakan siswa yang mempunyai hubungan sosial yang dangkal dan di jauhi oleh teman sebayanya. Hal ini memberikan dampak negative terhadap pada belajar dan pergaulannya sehari-hari. Pendekatan *Rasional Emotif Behaviour Therapy* (REBT) adalah suatu pendekatan konseling yang menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognitif, dan tingkah laku. Merubah cara pandang klien yang semula mempunyai pemikiran irrasional menjadi rasional.

Jenis penelitian yang digunakan adalah study kasus dengan tehnik pengumpulan data wawancara, observasi, dokumentasi, dan kunjungan rumah. Penelitian ini melalui 6 tahapan yaitu analisis data, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi, dan follow up. Subjek penelitian adalah siswa kelas X SMK Wisudha Karya Kudus dengan jumlah 3 siswa (BB, UU, dan AA).

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis penelitian dapat disimpulkan penyebab ketiga klien dalam penelitian ini mempunyai inti pokok permasalahan yang berbeda-beda. 1. Klien berinisial BB mengalami terisolir, hal tersebut disebabkan oleh suka jahil, banyak berbicara saat jam pelajaran, sering menyontek, suka mengejek. 2. Klien berinisial UU mengalami terisolir yang disebabkan sombong, suka jahil, suka mengganggu, sering membuat orang marah, merendahkan orang lain dan tidak dapat dipercaya. 3. Klien berinisial AA mengalami terisolir, yang disebabkan AA suka menyendiri, pendiam, dan menarik

diri dari hubungan sosial. Dari hasil penelitian ini, peneliti dapat menyimpulkan bahwa permasalahan terisolir yang dialami BB: kurangnya bimbingan dan perhatian dari orang tua yang mengakibatkan BB mencari perhatian dari teman sebayanya, akan tetapi cara BB terhadap teman sebayanya kurang baik. UU: orang tua yang memanjakan mengakibatkan UU menjadi pribadi yang sombong, suka mengejek dan merendahkan orang lain, akibatnya teman sebayanya kurang nyaman untuk berteman dengannya, dan AA: permasalahan yang seharusnya menjadi rahasia AA dengan guru BK, namun kenyataannya permasalahannya bisa terdengar sampai ke telinga teman-teman AA, akhirnya klien AA banyak mendapatkan penolakan di kelas. Dari permasalahan tersebut peneliti menggunakan pendekatan *Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)* untuk mengatasi siswa terisolir.

Berdasarkan penemuan di lapangan peneliti dapat memberikan saran kepada: 1. Kepala sekolah: perlu diadakan pertemuan secara periodic dengan guru BK dan wali kelas untuk membuat kebijakan dalam memberikan layanan pendidikan kepada siswa secara optimal, 2. Guru BK: perlu meningkatkan lagi kualitas layanan terutama konseling individu untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah yang telah dihadapinya, khususnya perilaku terisolir terhadap teman sebaya, 3. Wali kelas: menjadi motivator yang baik demi peningkatan kualitas klien, 4. Siswa: lebih mampu menghormati orang lain, menjadi pribadi yang rendah hati, dan mampu memberikan motivasi bagi diri sendiri.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
PRAKATA	vii
ABSTACT	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian	3
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Ruang Lingkup Masalah	6
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Siswa Terisolir terhadap Kelompok Sebaya	7
2.1.1 Pengertian Siswa Terisolir	7
2.1.2 Faktor yang Menyebabkan Siswa Terisolir	8
2.1.3 Ciri-ciri Siswa Terisolir	11
2.1.4 Akibat Terisolir	13

2.2 Pendekatan Konseling <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i>	14
2.2.1 Pengertian Pendekatan <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i>	14
2.2.2 Teori ABC.....	15
2.2.3 Tujuan Pendekatan <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i> ...	17
2.2.4 Ciri-Ciri Pendekatan <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i>	18
2.2.5 Pola Hubungan Konselor dan Konseli	19
2.2.6 Peran dan Fungsi Konselor <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REB</i>	20
<i>Therapy (REB</i>	20
2.2.7 Tahap-Tahap Konseling <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i>	22
2.2.8 Teknik Konseling <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i>	24
2.2.9 Penerapan Model Konseling <i>Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT)</i>	29
2.3 Studi Kasus	31
2.3.1 Pengertian Studi Kasus	31
2.3.2 Tujuan Studi Kasus	32
2.3.3 Ciri-Ciri Studi Kasus.....	33
2.3.4 Gejala-gejala Kasus.....	34
2.3.5 Langkah-langkah Memahami Kasus.....	34
2.4 Kajian Penelitian Sebelumnya yang Relevan	35
2.5 Kerangka Pikir	38
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Rancangan Penelitian.....	40
3.2 Subjek Penelitian	41

3.3 Pengumpulan Data	42
3.4.1 Observasi.....	42
3.4.2 Metode Wawancara (Interview).....	46
3.4.3 Dokumentasi	53
3.4.4 Kunjungan Rumah atau Home Visit	54
3.5 Analisis Data.....	58
3.6 Langkah-langkah Penerapan Konseling Behavioristik dalam Penelitian..	60
BAB IV HASIL PENELITIAN	
4.1 Data Kasus Klien I (BB).....	66
4.2 Data Kasus Klien II (UU)	83
4.3 Data Kasus Klien III (AA).....	100
BAB V PEMBAHASAN	
5.1 Hasil Konseling dengan Klien I (BB)	115
5.2 Hasil Konseling dengan Kasus Klien II (UU)	119
5.3 Hasil Konseling dengan Kasus Klien III (AA).....	121
5.4 Penerapan Mengatasi Siswa Terisolir Melalui Pendekatan REBT.....	124
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Simpulan	126
6.2 Saran	129
DAFTAR PUSTAKA	132
DAFTAR LAMPIRAN	135

DAFTAR GAMBAR

Gambar

2.1 Skema Kerangka Pikiran	39
----------------------------------	----



DAFTAR TABEL

No Tabel

3.1	Jadwal Penelitian Studi Kasus	41
3.2	Subjek Penelitian	42



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Hasil wawancara peneliti terhadap guru BK sebelum penelitian	135
2. Daftar Identitas Klien (BB, UU, dan AA)	137
3. Hasil observasi (BB)	143
4. Hasil wawancara peneliti terhadap guru BK kelas X (BB)	145
5. Hasil wawancara peneliti terhadap teman dekat (BB)	148
6. Hasil wawancara peneliti terhadap wali kelas (BB)	150
7. Hasil wawancara peneliti terhadap orang tua (BB)	152
8. Persiapan Penelitian Konseling Individu Klien I (BB)	154
9. Satlan Konseling Individu Pertemuan I (BB)	160
10. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan I (BB)	162
11. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan I (BB)	167
12. Satlan Konseling Individu Pertemuan II (BB)	169
13. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan II (BB)	171
14. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan II (BB)	180
15. Satlan Konseling Individu Pertemuan III (BB)	182
16. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan III (BB)	184
17. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan III (BB)	188
18. Hasil observasi (UU)	190
19. Hasil wawancara peneliti terhadap guru BK kelas X (UU)	192
20. Hasil wawancara peneliti terhadap teman dekat (UU)	195

21. Hasil wawancara peneliti terhadap wali kelas (UU).....	197
22. Hasil wawancara peneliti terhadap orang tua (UU).....	199
23. Persiapan Penelitian Konseling Individu (UU).....	201
24. Satlan Konseling Individu Pertemuan I (UU).....	207
25. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan I (UU).....	209
26. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan I (UU)	214
27. Satlan Konseling Individu Pertemuan II (UU)	216
28. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan II (UU).....	218
29. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan II (UU)	223
30. Satlan Konseling Individu Pertemuan III (UU)	225
31. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan III (UU)	227
32. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan III (UU)	234
33. Hasil observasi (AA).....	236
34. Hasil wawancara peneliti terhadap guru BK kelas X (AA)	238
35. Hasil wawancara peneliti terhadap teman dekat (AA)	241
36. Hasil wawancara peneliti terhadap wali kelas (AA).....	243
37. Hasil wawancara peneliti terhadap orang tua (AA)	245
38. Persiapan Penelitian Konseling Individu (AA).....	247
39. Satlan Konseling Individu Pertemuan I (AA).....	253
40. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan I (AA).....	255
41. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan I (AA)	260
42. Satlan Konseling Individu Pertemuan II (AA)	262

43. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan II (AA).....	264
44. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan II (AA)	268
45. Satlan Konseling Individu Pertemuan III (AA)	270
46. Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Pertemuan III (AA)	272
47. Evaluasi, Analisis dan Tindak Lanjut Konseling Individu Pertemuan III (AA)	276
48. Foto –foto Pelaksanaa Konseling Individu	278
49. Surat Pernyataan	280
50. Surat Keterangan Selesai Bimbingan.....	281
51. Surat Permohonan Ujian Skripsi.....	282
52. Surat Permohonan Izin Penelitian Dari Fkip Umk	283
53. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	284
54. Daftar Riwayat Hidup	285